

一步を踏み出すきっかけになりますように

妊娠への応援

初めての不妊治療は不安で、一人で考え込むことがあると思います。

市では、県内で先駆けて不妊治療費の市独自助成を行っています。各助成事業には要件があります。詳しくは問い合わせてください。

一般不妊治療費の助成 三木市独自策

医師が必要と認めた一般不妊治療にかかる治療費の2分の1(上限5万円)を助成

特定不妊治療費の助成 三木市独自策

特定不妊治療(体外受精および顕微授精)にかかる治療費(上限15万円)を助成

不育症治療費の助成 三木市独自策

不育症の検査・治療にかかる治療費の自己負担額(上限15万円)を助成

問 (市)健康増進課 母子保健係
妊婦さんやパートナー、家族が参加できる相談と仲間づくりの場です。
プレママ・パパクラスでは、赤ちゃんのお風呂やオムツ交換体験、マタニティヨガなど、妊娠中・出産後の過ごし方や健康に関する知識を学ぶことができます。
助産師などの専門職に相談もできます。



これから親になる方のためのプレママ・パパクラス みつきいたまびよサロン産前サポート



もっと頼って！
泣いて笑って一緒に子育て

問・(市)健康増進課 母子保健係
・(市)子育て支援課 子育て応援係

妊娠期

補助・助成金 妊婦健康診査費の助成

妊娠届出書の提出時に助成券を一括交付します。

【助成内容】妊婦健康診査14回まで助成(上限105,000円)

補助・助成金 妊婦歯科健康診査費の助成 三木市独自策

妊娠届出書の提出時に助成券を交付します。

【助成内容】歯科健診1回無料

参加型プログラム

みつきいたまびよサロン産前サポート
上段で紹介

お祝い行事 帯祝い

妊娠5カ月の戌の日にお産の軽い犬にあやかって、お腹に帯を巻いて安産を願います。



手続き 妊娠届出書の提出

病院で妊娠が確認できたら、子育て世代包括支援センターへ妊娠届出書を提出しましょう。母子健康手帳などを交付します。また、届出受付から担当助産師・保健師が親子の状況に応じて寄り添います。(持ち物など詳細は19ページ)

訪問サポート 妊婦訪問

担当の助産師・保健師が訪問や電話による相談に対応しています。妊娠期のアドバイスや赤ちゃんを迎えるお手伝いをします。



産前から産後に至るまで、市で受けられる子育て支援策や子どものお祝い行事をカレンダーとして3〜5ページにまとめました。大切な子どもや自分自身のために、子育て支援を活用しましょう。

子育て応援カレンダー

問(市)健康増進課 母子保健係
は各項目に記載(問い合わせ先が異なる場合はお問い合わせください)

三木市で一緒に子育てしませんか？

「赤ちゃんが生まれたら、どんな生活になるんだろう…」
「私の子育て、これでいいの?」
仕事や家事、育児に加え、今年

は新型コロナウイルスの影響もあり、日々頑張っているお母さん。お父さんのエネルギーは限界寸前。それでも愛する子どものためにと日頃から無理をされていますか。
市では、妊娠出産・育児を一貫してサポートする体制を整え、子育て中の家庭の負担感を軽減できるように、切れ目のない支援を行っています。

また、参加型プログラムでは、皆さんに安心して参加してもらえるよう、感染予防対策を行った上で開催しています。
ここでは、三木市で子育てに励む皆さんが活用できる支援策を紹介しします。

不安や疑問があれば迷わず相談してください！

子育て支援の相談窓口

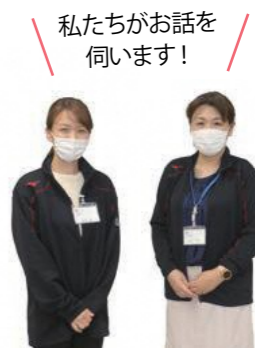
子育て世代包括支援センター
(総合保健福祉センター内)
妊娠・出産、母子保健に関すること
☎ 86-10900

(市)子育て支援課
子育て支援サービスの利用、子育て全般の相談に関すること
☎ 82-19910

三木市健康医療相談ダイヤル
24時間年中無休で医師・保健師・看護師などの専門スタッフが健康・医療相談に対応します。
☎ 0120-16821
086

悩みごと、心配ごと、なんでも話してください！
こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれてからの生活は分からないことがたくさん！市では赤ちゃんが生まれた全ての家庭に助産師や保健師が訪問し、赤ちゃんの成長を確認するとともに、ママの相談に応じています。育児で困ったことやママの思いなどを聞き、ママに寄り添った育児のアドバイスや子育て支援サービスを案内します。



私たちがお話を伺います！

児童センターはまだ早いけど、子育て仲間を作りたい方へ！
みっきいたまぴよサロン産後サポート

赤ちゃんを遊ばせながら、助産師・保健師・保育士に産前・産後の不安や悩みを相談でき、ママ・パパ同士の交流もできる場です(妊娠中の方も参加可)。赤ちゃんの体重測定をしたり、一緒に成長を確認したりするなど、日々頑張っている子育てのこ



とを話しに来ませんか？
問(市)健康増進課 母子保健係

初めての赤ちゃんを育てているお母さんへ！

親子の絆づくりプログラム～赤ちゃんがきた～

親子の絆づくり、子育ての仲間づくり、少し先を見通した子育ての知識を得ることを目的に母子同室で行うプログラムです。生後2～5カ月の初めての赤ちゃんを育てるお母さんを対象に、おしゃべりしながら子育てについて学びます。

子どもが泣くのが心配で外出に抵抗がありましたが、他の子どもと同じと分かり気が楽になりました。

一緒に遊んだり、情報交換したりする仲間ができ、子育てが楽しくなりました。



ママ・パパのリフレッシュも大切にしてください！
一時預かり保育(児童センター)

子育て中に「美容院や病院に行きたい」「ちょっと一人でゆっくりしたい」……。そんな時もありますよね。

児童センターでは、忙しいママやパパがリフレッシュできるよう、生後6カ月から就学前までの乳幼児を対象とした一時預かり保



育を行っています。理由は問いませんので、気軽に利用してください。
問(市)子育て支援課 子育て応援係

産後(0歳)

- 手続き**
 - ・出生届の提出 問(市)市民課
 - ・出生連絡票の提出
- 訪問サポート**
 - こんにちは赤ちゃん訪問 上段で紹介
- 参加型プログラム**
 - みっきいたまぴよサロン産後サポート 上段で紹介
- 参加型プログラム**
 - 親子の絆づくりプログラム～赤ちゃんがきた～ 上段で紹介
- お祝い行事**
 - お七夜 赤ちゃんが無事に生後7日目を迎えられたことをお祝いする行事です。この日に命名することが多いです。

- 補助・助成金**
 - 新生児聴覚検査費の助成** 妊娠届出書の提出時に助成券を交付します。【助成内容】聴力検査費を全額助成
 - 補助・助成金**
 - 産婦健康診査費の助成** 【助成内容】産後2回分の産婦健康診査費を助成
 - 補助・助成金**
 - 乳房管理指導等の助成** 三木市独自策 【助成内容】乳房マッサージなどにかかる費用の一部を助成
 - 補助・助成金**
 - 産後ケア費の助成** 家族などから育児の支援が得られにくく、育児に不安のある親子を対象に、医療機関などが実施する産後ケアにかかる費用の一部を助成
 - お祝い行事**
 - お食い初め 子どもが一人前の人間として成長し、一生食べ物に困らないよう、生後100日目に行う儀式です。

- 補助・助成金**
 - 0～2歳保育料半額** 三木市独自策 【助成内容】0～2歳児の保育料を50%軽減 問(市)教育・保育課 入所・給付係
 - 補助・助成金**
 - 中学生まで医療費無料** 三木市独自策 【助成内容】0歳から中学3年生までの方が、医療機関や薬局などを受診した際に支払う医療費(保険診療)の全額を助成 問(市)医療保険課
 - 参加型プログラム**
 - 子育てキャラバン** 絵本の読み聞かせや手遊び、体操など親子一緒に楽しい時間を過ごせるイベントです。開催日時や場所は27ページをご覧ください。 問(市)子育て支援課 子育て応援係
 - お祝い行事**
 - 初節句 赤ちゃんの健やかな成長を祝うとともに厄除けを願う行事です。

- 補助・助成金**
 - 3～5歳副食費補助** 三木市独自策 【助成内容】保育所などで提供される給食のうち、3～5歳児の副食費(おかず・おやつ代)について、月額4,500円(1号認定児は4,200円)まで補助 問(市)教育・保育課 入所・給付係
- 参加型プログラム**
 - 母親リフレッシュ教室** 体操やハンドクラフトなど、少しの間お子さんと離れて自分の時間を持ちませんか？1歳以上のお子さんには託児もあります。 問(市)子育て支援課 子育て応援係
- 一時預かり保育**
 - 一時預かり保育(児童センター)** 上段で紹介
- その他の子育て支援策や最新情報については、市ホームページ内「みき子育て応援Navi」をご覧ください。

